

name:

date:

Capacidades físicas em ação

1.

Correr durante vários minutos sem parar mostra...

A

Flexibilidade

B

Coordenação

C

Resistência

D

Agilidade

2.

Levantar e empurrar um objeto pesado exige mais...

A

Força

B

Velocidade

C

Flexibilidade

D

Coordenação

3.

Fazer um sprint muito rápido até à meta usa...

A

Resistência

B

Agilidade

C

Flexibilidade

D

Velocidade

4.

Chegar com as mãos aos pés com facilidade mostra...

A

Força

B

Flexibilidade

C

Velocidade

D

Coordenação

5.

Mudar de direção depressa entre cones demonstra...

A

Agilidade

B

Resistência

C

Força

D

Flexibilidade

6.

Saltar à corda no ritmo certo depende muito da...

A

Velocidade

B

Agilidade

C

Força

D

Coordenação

made with Padlet Arcade